

# RELACIONES FAMILIARES SANAS

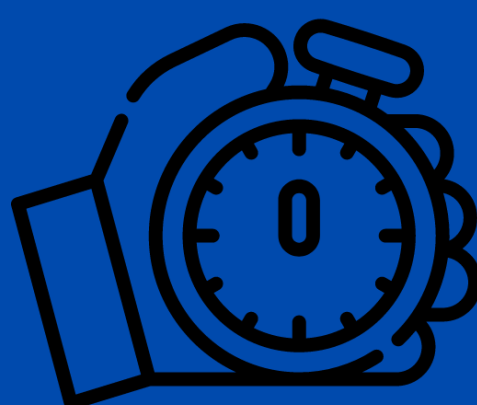
## Buena comunicación

Muestra tu interés al escuchar al otro y da tus opiniones sin hacer juicios de valor.



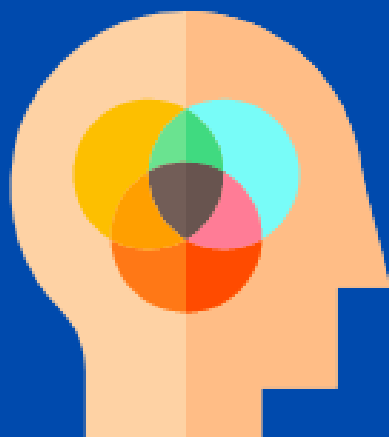
## Calidad de tiempo

Haz actividades en familia que permitan hacer comentarios positivos y aumentar la confianza



## Flexibilidad

Implica capacidad de adaptarte: las relaciones cambian y las personas no reaccionan siempre igual



## Expectativas realistas

Es la capacidad de aceptar a la otra persona tal y como es



**Tener buenas relaciones familiares te fortalece**

